

広報たかす

—特集

その生活習慣、

見直しませんか？



ワクチン接種に関する 詐欺にご注意ください！



新型コロナワクチンの接種に便乗した消費者トラブルや悪質商法に関する相談が、国民生活センターに寄せられています。ワクチン接種のために金銭や個人情報を電話やメールで求めることはありません。

少しでも不安に感じた時は、鷹栖町生活福祉相談センター(☎87-2112)にご連絡ください。



！このような電話やメールにご注意ください！



- 携帯電話に「ワクチン接種の優先順位を上げる」というメッセージが届いた
- 所管省庁を名乗り「ワクチンを優先的に接種できる」と電話があった
- 余ったワクチンを案内していると電話があった
- 中国製ワクチンを有料で接種しないかという勧誘があった
- 新型コロナワクチンの関連で口座情報などを尋ねる電話があった

▼ポイント1 ワクチンの接種は無料です

接種を受ける際の費用は全額公費です。「ワクチン接種の費用」「優先して接種を受けるための費用」など、ワクチン接種に関連付け、金銭を求められても決して応じないでください。

▼ポイント2 電話・メールで個人情報を求めることはありません！

接種の案内時は、町から「接種券」や「接種のお知らせ」が届きます。国や北海道、町が「ワクチン接種に必要」などと言って、個人情報や金融機関情報などを電話やメールで問い合わせることはありませんので、聞かれても答えないでください。

生活支援・詐欺などに
関する町の相談窓口

▶鷹栖町生活福祉相談センター ☎87-2112
(サンホールはぴねす内)



事業者支援情報



生活支援情報

カレンダー
人口・世帯情報など

今月のお知らせ

まちのニュース

地域おこし協力隊
活動だより

リアムさんのコラム
町長コラム

地域農業の
未来を考える

―特集―
その生活習慣、
見直しませんか？

新型コロナウイルス
ワクチンについて



6

18

14

12

11

10

8

4

2

2021 No.837

新型コロナウイルスの ワクチン接種が始まりました

5月18日から、75歳以上の方のワクチン接種が始まりました。今後、国から届くワクチンの量に基づき、順次、接種の予約についてご案内します。

65～74歳の方へは、6月上旬以降に接種券を送付する予定です。予約受付日などについては、接種券に同封しているお知らせをご確認ください。接種については効果や副反応などをご確認のうえ、接種するかを決めてください。

また、5月21日にモデルナ社とアストラゼネカ社のワクチンが国内で薬事承認されましたが、鷹栖町の65歳以上の皆さんへの接種は、ファイザー社のワクチンとなります。3週間の期間を空け2回の接種が必要ですので、ご注意ください。



ワクチン接種後の注意点

ワクチンを接種した後は、15分以上、接種会場内に座ってお待ちください。

▼接種後に現れる可能性のある症状について

接種日当日

・アナフィラキシー

腹痛や嘔吐、息苦しさ、血圧低下などの症状が起こる急性のアレルギー反応です。起こることは極めてまれですが、すぐに対応ができるよう、医療機関では医薬品などを準備しています。

・血管迷走神経反射

立ちくらみや気を失うことがあります。誰にでも起こる可能性のある体の反応で、通常、横になって休めば自然に回復します。



数 日	発現割合	症状
	50%以上	接種部位の痛み、疲労、頭痛
	10-50%	筋肉痛、悪寒、関節痛、下痢、発熱、接種部位の腫れ
	1-10%	吐き気、嘔吐

・インフルエンザなどのワクチンより痛みが強いと感じる方もいます。

・疲労や関節痛、発熱などの症状は1回目より2回目の接種の方が、発現割合が高くなる場合もあります。



接種当日

▼事前準備

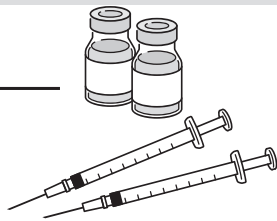
自宅で予診票に必要事項を記載してください

▼持ち物

接種券 予診票 本人確認書類

おくすり手帳 ※すべてをご持参ください。

※混み合い「密」になることを避けるため、必ず予約時間にお越しください。



接種券見本

【問合せ】健康福祉課保健推進係 ☎87-2112

その生活習慣、見直しませんか？

「自分はまだまだ大丈夫」と思ってはいませんか。

「生活習慣病」と聞くと、「メタボ」や「肥満」をイメージする人も多いと思います。しかし、食事や運動、喫煙、飲酒、ストレスなどが原因といわれている「生活習慣病」は、体型に関わらず、誰にでもかかる可能性がある病気です。

もしかすると、皆さんも知らず知らずのうちに、

「生活習慣病」への道に足を踏み入れているかもしれません。

今月号では、「生活習慣病」の恐ろしさや予防のポイントをご紹介します。

生活習慣病って
よく聞けど…

誰もが一度は耳にしたことがある「生活習慣病」。

何がきっかけで「生活習慣病」になり、どのような状態になるかを知っていますか。

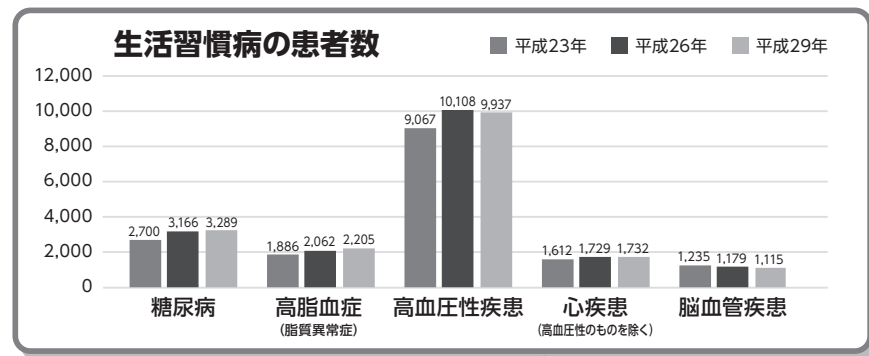
「生活習慣病」は、偏った食事や運動不足、喫煙、過度の飲酒などの習慣や、過度のストレス状態が続くなどの環境が原因で発症します。

また、自覚症状がほとんどないため、気が付かないうちに「病気になるって」「症状が進行している」ことも多い病気です。

さらに、悪化すると脳や心臓、血管などにダメージを与え、ある日突然、脳梗塞や脳卒中、心筋梗塞などの命に関わる恐ろしい疾患を引き起こすこともあります。

主な生活習慣病

- 糖尿病・高血圧症
- 脂質異常症
- 動脈硬化症
- 歯周病 など



【参考：患者調査の概況(厚生労働省)】

日本の人口は年々減少傾向となっていますが、生活習慣病患者数は増加しています。

運動不足



喫煙





こんな生活、送っていませんか

事例1



40代 Aさん

好きなものを 好きなだけ食べ続け

外仕事が多く、体力を使うので、毎食満腹になるまで食べていた。

特に、脂の多い肉料理とジュースが大好きで、休憩時の甘いおやつも欠かせない。昔は食べても太らなかつたが、30代を過ぎてから少しずつ体重が増え…。役場から届いた特定健診の案内。「40代になったし、ちょっと行ってみよう」と思い受診した。

△結果、脂質異常症、糖尿病が見つかり、定期的な通院、薬の服用、食事制限などを行わなければいけなくなった。

事例2



60代 Bさん

濃い味の食事と タバコが止められない

20代からタバコを吸っており、食後の一服は至福のひととき。

最近、電子タバコに変えたが、タバコはこれからも止めるつもりはない。味の濃い食べ物が好きで、晩酌の時には塩辛いおつまみとスナック菓子を食べる。特に調子が悪いところもなく、特定健診を受けたことがない。

△ある日突然、手足のしびれや麻痺が表れ、病院で脳梗塞と診断された。

退院したが、後遺症が残り、今まで通りの仕事や生活を送れなくなった。



いいね!ポイント

鷹栖町国民健康保険加入者の入院にかかった医療費

	H28	R1
	1件当たりの費用(円)	1件当たりの費用(円)
糖尿病	760,963	513,013
高血圧	652,708	627,861
脂質異常症	606,371	589,806
脳血管疾患	670,217	743,685
心疾患	882,633	685,734
腎不全	941,057	419,832
悪性新生物	874,435	774,476

【参考:国保データベースシステム】

生活習慣病の治療にかかる入院費用は、減少しています。特定健診を受診し、初期症状の段階で早期発見・治療を行っていることや重症化する人の割合が減少していることが要因と考えられます。

【食後の一服の落とし穴…】

タバコには血糖値や血圧を上げる働きがあるため、「乱れた食生活」+「喫煙」でさらに生活習慣病のリスクが高まります。

また、電子タバコは紙巻タバコ同様、ニコチンやタールなどの化学物質が含まれていることを知っていますか？

禁煙は何歳から始めても遅くありません。体に異変を感じる前に、禁煙に挑戦してみませんか。

町ホームページ▶
卒煙チャレンジ



森口利那保健師

飲酒



食生活



まずは、体の状態を知ろう



予防のために
健(検)診を

特定健診やがん検診は、生活習慣病やがんの早期発見・早期治療を目的とした健(検)診です。

生活習慣病やがんは、1年で悪化する可能性があり、発見が遅れると、生命に関わることもあるため、毎年受診することがとても重要です。

町の制度を利用し
受診しよう

町民の皆さんが、より気軽に受診できるよう、健(検)診費用の助成やワンコイン(500円)・無料健(検)診を実施しています。

職場健診の中でがん検診を実施していない場合は、町のがん検診制度を、ぜひご利用ください。

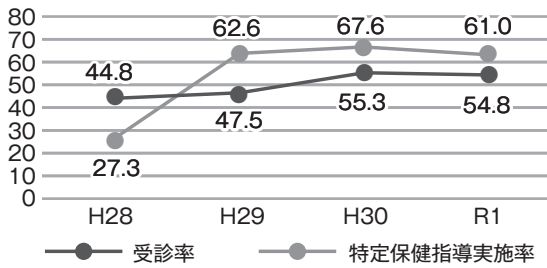


健(検)診結果を
しっかり見直す

健(検)診結果をしっかりと確認し、必要に応じて生活を見直すことが大切です。

町では、健診の結果に基づき、生活習慣病の予防や改善を目的とした「保健指導」を行っています。
保健師や栄養士が、健康相談を行い、改善に向けたサポートを行います。

特定健診受診率・特定保健指導実施率の推移



50代・男性・農業者

保健指導がきっかけで 食生活や健康を気にするよう

保健指導では、健診結果や前回の数値との比較、食事や運動などの目標設定や振り返りなどを行います。

長年の生活習慣をすぐに変えることは難しいですが、カロリーや体重、血圧を気にして生活するようになりました。

以前、生活習慣病が原因で入院したことがあります。改めて健診の大切さと「健康な体」のありがたみを感じました。

病気になり膨大な医療費を払うよりも健診を受ける方が安く済みます。受けていない方は、自分の体を知るためにも、ぜひ受診してみてください。

鷹栖町民の健康の特徴



- 1 肥満(内臓脂肪)が多い!**
見た目は痩せているけど内臓脂肪が多い「隠れ肥満」も。
- 2 血糖値・コレステロール値が高い!**
動脈硬化を引き起こし、糖尿病や心筋梗塞になりやすくなるリスクがあります。
- 3 喫煙率が高い!**
喫煙はがんだけではなく、他の病気のリスクも高めます。



生活習慣病がきっかけで、 要介護状態に陥るリスクも

令和元年度に介護認定を受けた町民の約8割に、高血圧や糖尿病、脂質異常症の疾患があることが分かっています。また、右の表を見ると、要介護度別の「介護が必要となった主な原因」は脳血管疾患が平均で19.2%、介護度5では24.7%を占めています。脳血管疾患を予防することは要介護状態を予防するためのポイントの一つにもなります。

現在の要介護度別にみた介護が必要となった主な原因

	第1位	%	第2位	%
要介護1	認知症	29.8	脳血管疾患	14.5
要介護2	認知症	18.7	脳血管疾患	17.8
要介護3	認知症	27.0	脳血管疾患	24.1
要介護4	脳血管疾患	23.6	認知症	20.2
要介護5	脳血管疾患	24.7	認知症	24.0
平均	認知症	24.3	脳血管疾患	19.2

(参考：2019年国民生活基礎調査の概況(厚生労働省))



日野嗣美
保健師



今日からできる、かんたん予防



1日1回

毎日体重計に乗る

体重のコントロールはとても大切。体重測定を習慣付けることで、毎日の生活を振り返ることができ、自分の体を知るきっかけにもつながります。

自宅に血圧計がある方は、血圧測定もしてみましょう。

1日+10分

続けられる運動を

歩く時間を少し増やす、寝る前にストレッチをするなど、意識的に体を動かす時間を増やしてみましょう。

1日に今より「+10分」、多く活動することで、基礎代謝を上げ、生活習慣病や肥満の予防にもつながります。

成人の皆さんが対象!



▼「歩く」ことを意識してみませんか？

歩数記録アプリ「サツドラウォーク」をダウンロードして普段通りの生活を送るだけ。アプリで1日の歩数を確認することができるため、「歩く」ことに対する意識が高まること間違いなし！町民を対象に歩数に応じて特典の提供や歩数を競い合うイベントを開催します。(担当:教育課体育振興係)



ダウンロードはこちら

野菜から食べる(ベジファースト)

食事の時は、「まずはお米を」という気持ちを少し抑えて、野菜から食べませんか？



野菜に含まれる食物繊維には、食後の血糖値やコレステロール値の上昇を抑える働きがあります。また、満腹感が得られやすく、食べすぎを防ぐ効果も。

新型コロナウイルスの感染拡大が続く「外出を控えたい」「病院は不安」と健診を中止したり、通院を中断する人もいます。



私たちが町の保健師・管理栄養師です！

2019年の日本の平均寿命は、男性が81・41歳、女性が87・45歳で、年々延伸しています。一方、介護を受けたり、寝たきりになったりせず自立した生活できる状態を指す「健康寿命」は、男性が72・14歳、女性が74・79歳(2016年調査)という結果になっています。

死因の6割が生活習慣病といわれる現代の日本。「自分は大丈夫」と過信せずに、健康状態をしっかり把握し、必要に応じて生活習慣を見直すことが、健康維持に向けての大切な一歩です。

まずは、健(検)診を受診し、自分の体の状態を知るなど、自分ができることから始めてみませんか。

ご自身の健康について、心配なことがあれば、お気軽にご相談ください。

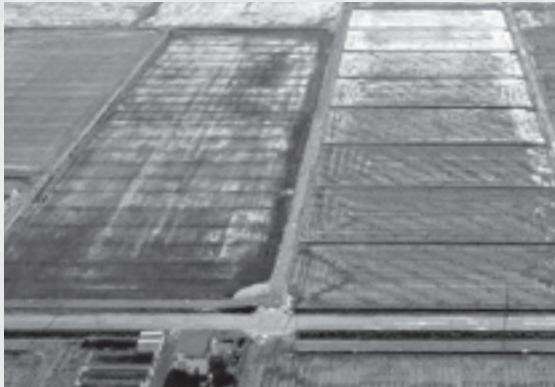
地域農業の未来を考える

町の基幹産業である農業のあり方を定め、実現するために作成した「鷹栖町農業ビジョン」では、「農業者それぞれの経営を安定させること」「人・農地・技術」を構築し、次世代に引き継ぐこと」「作業を省力化・効率化し、収益性の向上を図ること」を目指しています。

地域で未来の農業を考える

将来の地域における農業課題などを把握し、解決に向けた検討を行うため、5地域ごとに「地域農業の未来（10～15年後）を考える会（以下、考える会）」を開催。

平成31年1月から令和2年8月にかけて、それぞれの地域や大規模農業法人と複数回にわたり意見交換を行いました。

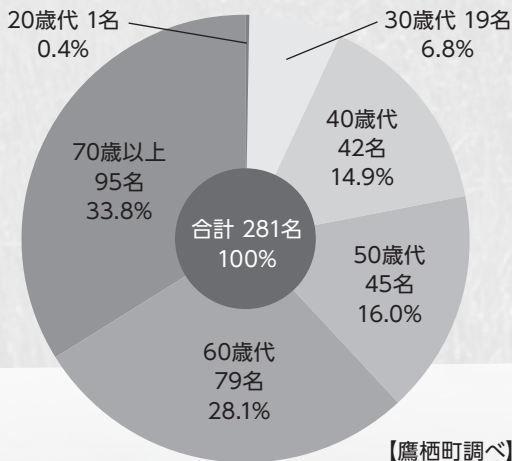


北野地区の基盤整備事業(左:工事後 右:工事前)
水田約7区画分が1区画に集約された

「考える会」で出た意見・要望

- 地域の水田を集約していくことが必要。大規模な基盤整備事業に取り組んでほしい。
- 農業パートや従業員の高齢化に伴う労働力不足が心配。
- 作付面積を大きくしたいが、機械や施設の更新費用が大きな負担となる。
- 離農し管理者が不在になる地域の水田は、地元農業者で引き受けていきたい。
- 法人化を考えたいが、方法や自分にとってのメリット・デメリットなどが分からない。

鷹栖町の年代別農業者数(令和2年度)



60歳以上の農業者は、全体の61.9%を占めており、10年後には、現在の7割程度まで農業者数が減少すると推計されています

基盤整備事業は、農地面積を集約することで、田植えや稲刈りなどの作業時間を省力化する取り組みです。

削減された作業時間を活用し、野菜や果樹などの収益性の高い作物を栽培することで、「儲かる農業」の実現を目指します。

町内では、現在北野地区、北成地区、鷹栖南地区で基盤整備事業を行っており、町全体の水田の30.68%に相当します。



今後の取り組み

「考える会」で出た意見や要望を基に、次の2つのテーマを、今後の町の農業課題として設定しました。

テーマ1

農地集約を進めるための
基盤整備などの検討

▼対象地区

中央地区、北斗地区、
鷹栖地区の一部（13区、
14区、15区、21区、有
明、23区、共栄、25区）
北野地区の一部（旧1
区、旧9区、2区）

▼取り組み

- ①地域内全耕作者・全所有者
へのニーズ調査
基盤整備の事業区域など
を明確にするため、参加の
意向確認を行います。
- ②高収益作物（※）の検討
水稲以外の品目の普及促
進に向けた試験調査・視察
研修などを実施します。
（※小麦・大豆、野菜、薬用作
物、果樹など）

テーマ2

労働力の確保対策

▼対象地区

全町

▼取り組み

- ①人材確保を図るための調
査・試験研究、既存事業の
見直し
農業パートの発掘や農福
連携の試験実施・事業内容
の評価検証・見直しを行
います。
- ②スマート農業を取り入れる
ためのニーズ調査
GPS、自動操舵、ドロー
ンなど、ICT技術を活用
したスマート農業のニーズ
調査のほか、先進地視察研
修・勉強会を開催します。

令和3年度の スケジュール

国の取り組みや農業ビジョンなどと連動させながら、地域や農業者が主体となり、ニーズ調査や試験研究、視察研修、本格的な実践などを進めます。

テーマ	取り組み	令和3年6月～9月	10月～令和4年3月
農地集約を進めるための 基盤整備などの検討	地域内全耕作者・全所有者へのニーズ調査	参加のニーズ調査	集計・分析 地域へ報告 → 参加区域の 整理・取りまとめ
	高収益作物の検討	上川管内視察研修 集計・分析・地域へ報告	先進地 視察研修 → 普及に向けた 検討
労働力の確保対策	人材確保を図るための 調査・試験研究、 既存事業の見直し	町単独補助事業の見直し	
		農福連携に向けた 意見交換 → 試験運用	
	スマート農業を 取り入れるための ニーズ調査	ニーズ調査	集計・分析 地域へ報告 → 普及に向けた 検討 先進地視察研修

スマート農業の種類

- ▼土地利用型農業（水稲・小麦・大豆・そば）
ロボットトラクター、ドローン（農薬・肥料などの散布用）、
水田センサ・自動水管理システム、遠隔操作草刈機 など
- ▼施設園芸型農業
自動収穫機、自動選別機 など
- ▼酪農・畜産
搾乳システム、自動給餌・哺乳システム など
- ▼共通
気象・環境観測システム、経営・労務管理システム

コーヒー カンバセーション

Coffee Conversation

鷹栖の皆さんと、大好きなコーヒータイムのお喋りを楽しんでいるイメージで書いています。



ハロー、鷹栖町！ALTのリアムです。

初夏の暖かさを感じる6月を迎えましたが、皆さんは毎日を楽しんでいますか？

私は、先月、春の代名詞「桜」を楽しみました。「日本に
いる間にやりたいことリスト」の「満開の桜を撮影する！」という目標は、パレットヒルズで達成することができました！

しかも、ライトアップされた夜桜と、日中の陽を浴びる桜の両方を楽しむことができ、今までで一番気持ち良く過ごせた週末でした。

趣味のカメラ、中でも自然の写真を撮ることが一番好きなのですが、四季を色の変化で楽しむことは、オーストラリアではできないことのひとつです。

そのため、季節によって異なる色や移り変わる様子を自分のカメラで撮ってみたいとずっと思っていました。

秋から雪のある冬への大きな変化は、鷹栖町で見ることができ(大変さも経験しました!)、また、大学生の頃に短期間過ごした京都では格別の秋の景色を見ること

ができました。

そして、一番楽しみにしていたのが日本の春、桜のある景色でした。イギリスで桜を見たことがある彼女が、日本の桜も見てみたいと私の任期中に遊びに来る予定でしたが、コロナの影響で実現しなかったのが残念です。

他にも「やりたいことリスト」は、まだまだあります。大学生の頃、たまたま見た旅ブログの一枚の写真。夕日に染まる記念碑の写真だったのですが、それを見た瞬間「ワオ！いつか絶対この場所に行こう！」と自分に誓ったことを覚えています。

その場所というのが・・・稚内の宗谷岬。道内のまちだったことに運命を感じています。

では、皆さん、また来月！See you next time!



新たな道

あったかす発
北の大地から

鷹栖町長 谷寿男

皆さんは、以前このコラムで書いた『鷹栖町版CCRC構想』を覚えていらっしゃるだろうか。「あらゆる世代が生涯にわたり心とからだを健康に保ち、農村部・市街地に関係なく、人間らしい豊かな生活を送る」ことを目的とした取り組みだ。

全国では特に農村部で少子高齢化が止まらず、不耕作地が年々増加している昨今、コロナ禍で価値観も多様化し、自然と向き合い、家族との時間を大切にしている心豊かな生活が注目されている。自らが種を撒き、成長を促し、日々汗を流し、収穫した農産物を消費者にお届けし、幸せを共有できる農業も見直されてきている。地域の皆さんも新たな担い手を温かく迎え入れ、将来の不安を希望に変える人たちに刺激を受け、「先ずは自

分たちで新しいことをやってみよう」と気持ちが若くなっていることが何よりうれしい。

北斗地区ではコロナ禍で文化祭を中止することになったが、75歳以上の方々に「ほくと食堂」と銘打ち、2月14日に手づくりお弁当とバレンタインチョコレポートをお届けしたと伺った。

北成地区では移住者が少しずつ増加し、今夏には「野外映画会」が計画されている。地域活性化は「他人頼り」では決して長続きしない。自分たちで考え行動し、多くの人々と心躍らせることが大切だ。

「歩くから道になる 歩かなければ草が生える」相田みつをさんの詩のように、多くの皆さんと確かな歩みの先にある幸福を分かち合いたい。

活動だより

5月1日から、新たに協力隊1名が着任しました。P13で紹介していますので、ぜひご覧ください。



Twitter



Facebook



地域活動支援担当
林 歩実さん

田植えの季節が終わり、日々緑の田んぼが増えてゆく景色を見ていると、夏が近づいていることを肌で感じます。

ヤマメ釣りなどグリーンシーズンのアウトドアができると思うとうれしいです。もう一つうれしいことと言えば新鮮野菜が食べられる季節になることです。今年も四季の里横「花かいどう」で直売会を開催します！ぜひお越しください。

名前は「花かいどう朝市」です。北斗地区にある団体が新鮮野菜や四季の里加工品を出品します！初回は7月3日(土)です。

その後7月17日、8月7・21日、9月18日、10月2・16日の全7回開催を予定しています。土曜の朝を生き生きとした気分で迎えられるような朝市にできるようあと1カ月準備を頑張ります。



観光・特産品販売担当
磯野 聡美さん

6月21日から、「カレーアイランド® 北海道スタンプラリー2021」が始まる予定です。

たかすぎゅうカレーはもちろん、ほかの地域のカレーもぜひ味わってみてください！台紙はぎゅうカレー提供店(大八食堂・やました)にあります。広報紙が皆さんの手に届くころには、イベントの開催状況も変わっているかもしれません。情報は随時更新していきますので、協力隊のSNSをぜひご覧ください。

先月の連休時期は、私の代わりに鷹栖町産のアスパラガスに帰省してもらいました。弟は私が帰るよりうれしかったようです…笑。なかなか家族とは会えないのですが、おいしい近況報告ができました。

自分で作った作物も届けたと、水やりをしながら畑にエールを送っています！



移住定住・空き家活用担当
鹿毛 謙作さん

北成地区にある旧北成小学校教職員住宅のリノベーション活動を進めています。

今月も引き続き、解体作業を行っています。一番大変だったのは、天井にある断熱材を撤去することでした。

断熱材が肌に触れると、チクチクしてかゆくなり、撤去するのに2日間かかりました。

天井も解体が終わったので、これからの作業は、台所の下地作りを進めていこうと思います。

どうぞふらっと遊びに来てください！



パレットヒルズ振興担当
菅野 智史さん

パレットヒルズのミニランプの設置作業について報告します。5月は、2週目からミニランプの増設作業を始めました。

まずは、設置場所の整地をしなければいけないのですが、作業量も多く、まだ完了の目処は立っていません。(昨年度設置した時とても苦労しました)

15日に中富良野町の「polepoleカフェ」で移動するミニランプの解体作業を行い、16日にパレットヒルズへ移動しました。ミニランプ作りを一緒に作業してくれる人を募集しています。ミニランプ作りワークショップも企画して行きたいと思っていますので、ぜひご参加ください。



4/24

旧北成小学校教職員住宅のDIY講座を開催

地域おこし協力隊の鹿毛隊員が中心となり、4月から旧北成小学校教職員住宅の改修作業を行っています。4月24日には、空き家改修ワークショップ「DIY講座」を開催。午前・午後の部合わせて、町内外から約10名が参加しました。

押入れや壁、床のフローリングの解体作業を実施した参加者は、「解体作業にも手順があり、要領を得るのが大変でした。部品一つ一つがきれいに取れて気持ち良かったです」と笑顔を見せていました。今後は、4、5回程度、ワークショップを開催し、作業を進める予定です。



4/28

ヤマト運輸(株)旭川西営業所と協定を締結

住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる地域社会の実現を目的に、ヤマト運輸(株)旭川西営業所と「鷹栖町地域見守りネットワーク」に関する協定を締結しました。同社のドライバーが集荷や配達の際に声掛けなどを行うことで、町の見守り体制の強化を図ります。



4/26

オオカミの桃を使ったお酒「リコピナージュ発売」

鷹栖町の特産品オオカミの桃を使用したリキュール「リコピナージュ」が発売されました。

このお酒は、平成30年度に包括連携協定を締結した、旭川工業高等専門学校と鷹栖町農業振興公社、鷹栖町が協力し開発。

「リコピナージュ」は、トマトに含まれる「リコピン」と年齢(Age)の造語で、オオカ

ミの桃の風味とスッキリとした後味が特徴です。同校の阿部准教授は「沈殿物が出ないよう、見た目にもこだわり改良を重ねた」と話しました。

町内では、ダ・マルシエ北野店やJ.Aあさひかわ農産物直売所「あさがお」(神楽・永山)、Aコープ江丹別店、イオンモール旭川駅前内きたキッチンで販売しています。



5/11

北野小学校3年生の社会科見学

北野小学校の3年生33名が、社会科見学として鷹栖町役場を訪れました。

まず初めに、役場の屋上から町並みを見学。その後、議場の議席に座り、質疑体験を行いました。

児童は、「パレットヒルズの名前の由来は「町章は何を表しているのですか」など、さまざまな質問をしていました。



5/7・9

夜桜ライトアップ さくらフェスタ2021

鷹栖町観光協会主催の「さくらフェスタ2021」が、パレットヒルズで開催され、家族連れら約1200人が来場しました。

会場では、米・こっこのシフォンケーキや喜楽来の大福、新田ファームの牛肉のほか、町外からキッチンカー3台も参加し、たこ焼きやフライドポテト、コッペパンサンドなどを販売。

来場者は、レジャーシートやイスに座り、軽食を片手に咲き誇る桜を楽しんでいました。

地域おこし協力隊主催の体験イベントでは、親子で楽しめる、「まき割り体験」や同公園内に設置された「あったかすくん」のスタンプを集める「スタンプラリー」、手彫りでオリジナルのバターナイフを作製する、「バターナイフづくり」などを行いました。

「四季の里コーナー」では、会場で作った出来立ての米やマカロニ、大豆の「ドン菓子」を無料で配布。「大豆のドン菓子は初めて食べましたが、甘くなく食べやすい」と大好評でした。

来場者は、「ゴールデンウィーク中は天気も悪く、どこにも行けませんでした。コロナ禍でもこのように工夫しながらイベントを開催していただき、とても感謝しています。短い時間ですがきれいな桜を満喫することができました」と笑顔を見せていました。

5月7・8日には夜桜のライトアップを実施。桜の杜ゾーンの桜は、ほぼ満開を迎えており、来場者はカメラを手に写真を撮っていました。例年より暖かかったこともあり、2日間で約1000人が来場しました。



5月1日 着任

HAPPY 地域おこし協力隊 活動だより



提案型地域おこし担当 落合 亮

学生時代の経験を活かし、地域おこしに取り組みたい

令和3年3月に小樽商科大学を卒業し、5月に地域おこし協力隊として着任した落合さん。

学生時代は、小樽市内の文化財などの調査や取材を行い、フリーペーパーを発行するなど、市内の歴史や文化を観光資源化するための活動に取り組んでいたと言います。

その経験から「卒業後は地元である北海道内で、地域づくりに関わる活動を行いたい」との思いを抱くようになり、地域おこし協力隊を目指し始めたそうです。

初めて鷹栖町を訪れたのは3月末。町民との関わりや町での体験の中で、「町民が生き生きとしており、とても魅力のある町だと感じました」と話します。

今後は、今までの経験と大学で学んだ経済学の知識を生かし、地域の役に立てることを町民と共に考えていきたいと笑顔を見せる落合さん。

「顔と名前を覚えていただくために、まずは、町内のさまざまな場所に顔を出し、町民の人と関わっていききたい」と話してくれました。

保険料の軽減特例制度が見直しされます

後期高齢者医療制度について

▼保険料の計算方法が変わります

保険料額は、被保険者全員が等しく負担する「均等割額」と前年の所得に応じて負担する「所得割額」の合計で計算します。

均等割 (1人当たりの額) 52,048円	+	所得割 (本人の所得に応じた額) (令和2年中の所得 - 最大43万円) × 10.98%	=	1年間の保険料 【限度額64万円】 (100円未満切り捨て)
-----------------------------	---	---	---	--------------------------------------

※年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

※所得とは、前年の「収入」から必要経費(公的年金等控除や給与所得控除額など)を引いたものです。

※前年の所得金額により、43万円の控除額が異なる場合があります。

▼保険料均等割の軽減割合が見直されました

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合	所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円	7.75割軽減	43万円+10万円×(給与所得者等の数※-1)	7割軽減
33万円かつ、被保険者全員が所得0円(年金収入のみの場合、受給額80万円以下)	7割軽減	43万円+(28万5千円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数※-1)	5割軽減
33万円+(28万5千円×世帯の被保険者数)	5割軽減	43万円+(52万円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数※-1)	2割軽減
33万円+(52万円×世帯の被保険者数)	2割軽減		

※給与所得者等とは、以下のいずれかに該当する方となります。

- ・給与などの収入金額が55万円を超える方
- ・公的年金の収入金額が60万円(65歳未満)、125万円(65歳以上)を超える方

▼問合せ

- ・保険料の決定に関すること 北海道後期高齢者医療広域連合 ☎011-290-5601
- ・保険料の納付に関すること 税務課税務係 ☎74-3108

展示コーナーについて

教育課生涯学習係 ☎87-2028

6月は、次のとおり展示を行います。
 鷹栖地区住民センター開館日には、どなたでもご自由にご覧いただけますので、ぜひ足をお運びください。

▼今後のスケジュール

- ・6月30日～7月11日 伊藤長治氏 切り絵展示
- ・7月14日～25日 北野絵手紙サークル 絵手紙展示

※新型コロナウイルスの影響により変更になる場合があります。



見て・知って! たかす豆知識

このコーナーでは、「実はあまり知られていないかも!?’という情報をお届けします。

道路に
あったかす
くん

10線4号の交差点がある歩道に「あったかすくん」が描かれているのを知っていますか?

北野小学生の通学路となっている4号道路は交通量が多く、過去に事故も発生しています。そのため、事故を未然に防ぎ、子どもたちの安全を守るために、「あったかすくん」の止まれ標示と、防護柵が令和2年度に設置されました。



補助・支援

**全道・全国大会
出場助成金**
教育課体育振興係

町では、文化およびスポーツで全道または全国大会へ出場する団体・個人に対し、派遣経費の補助を行っています。(高校生以上は全国大会のみ)

申請は随時受け付けています。出場が決まり次第、お早めにご相談ください。

お知らせ

鷹栖地区住民センターのFAX番号について
教育課生涯学習係

鷹栖地区住民センターのFAX専用番号が新設されました。

なお、電話番号に変更はありません。

電話番号：87・5390

FAX：76・5440

**販売活動促進
事業助成金**
産業振興課商工観光係

商工業者の販売PRなどに要する費用の一部を助成します。

▼対象(すべてに該当)

- ・町商工会員で、町内で現に事業を営んでいる方
- ・町税などが未滞納の方

▼助成対象経費

- ・自店舗の商品やサービスを町民へ周知するチラシの新聞などの折込手数料
 - ・新聞紙面、雑誌、ラジオ、テレビの広告費用
 - ・新聞など折込チラシの印刷費用
 - ・パンフレット印刷費用
 - ・ホームページの制作、リニューアル初期投資費用
 - ・商品パッケージなどのデザイン開発費
- ▼助成額**
助成対象経費の2分の1以内(上限あり)

**販路拡大促進
事業補助金**
産業振興課商工観光係

中小企業者などの販路開拓のため、自社商品(製品)または技術を商談会などに出席する経費を一部補助します。

▼対象(すべてに該当)

- ・町商工会の会員または観光協会の会員で、町内で実際に事業を営んでいる方
- ・町税などが未滞納の方

▼補助対象事業

- ・商談会
 - ・催事、物販イベント
- ▼補助対象経費**
出展料(出店料)、旅費、輸送費、備品借上料
- ▼補助率** 3分の2
- ▼補助上限**
・商談会 10万円
・催事、物販イベント 15万円

鷹栖で繁盛



空き家・空き地で困っていませんか？

総務企画課地域振興係 ☎87-2111

町では、管理が行き届かない空き家が地域の問題になることを防ぎ、財産として必要とする人に活用されるよう、さまざまな取り組みを進めています。

▼「空き家・空き地見守りプラン」をご活用ください

「仕事の都合や親の介護で長期間、家を空けてしまう」「自分達が施設に入所してしまい、家を見てくれる人がいない」などの理由で、空き家をそのままにしておくと、老朽化が加速し、資産価値が下がってしまいます。

本プランでは、所有者に代わり、町内事業者が1回2千円で空き家の外観や敷地内の様子を目視して報告します。

※オプションとして、草刈りや除雪などの代行も可能(別途費用発生)。

▼相談窓口 総務企画課地域振興係までご連絡ください。



**図書館の団体貸出
について**

鷹栖町図書室 ☎87-2486

町内の施設や事業所、サークルなどの団体を対象に、団体貸出を始めました。

団体貸出を利用するためには、団体利用カードの申し込みが必要です。手続きおよび利用方法の詳細につきましては、鷹栖町図書室までお問い合わせください。

▼貸出期間 2週間

▼貸出冊数 1団体30冊以内



お知らせ

**犬の登録・狂大病
予防注射について**
 町民課住民生活係

犬の飼い主には、生後91日以上の犬に、1年に1回の予防接種が義務付けられています。生後1年以上の犬の接種時期は4～6月です。必ず予防注射を接種し、住民生活係で注射済票の交付を受けてください。(交付手数料550円)

**猫の室内飼いと
所有者明示にご協力を**
 町民課住民生活係

猫を室内で飼うことで、交通事故や感染症にかかる危険性、フンや鳴き声などによるご近所とのトラブルが少なくなります。

また、飼い猫に「所有者明示」をしていただくことで、何かしらの理由で保護された場合に、飼い主の特定がしやすくなります。
 ご理解とご協力をお願いします。

歯科検診のお知らせ
 健康福祉課保健推進係

歯科医師による検診と相談を行っています。

受診を希望される方は、保健推進係までご連絡ください。

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため現在休診中です。再開についてはホームページなどでお知らせします。

▼実施医療機関
 ・鷹栖歯科

☎87・2105

・くりやま歯科クリニック

☎59・3222

▼対象者
 40歳以上の方

▼料金

無料(同日に治療を行った場合、治療分は実費)

▼持ち物

受診券(予約後送付します)、健康保険証、おくすり手帳、糖尿病連携手帳、健診結果

国民年金保険料の
免除申請について
 町民課医療年金係

経済的に国民年金保険料の支払いが困難な場合、免除申請を行うことで、前年度の所得状況に応じて、保険料が段階的に免除(全額、4分の3、半額、4分の1)されます。

▼令和3年度の対象期間

令和3年7月から

令和4年6月分

▼申請

令和3年7月1日(木)から役場窓口で行うことができます。

小学生国内相互交流
事業の中止について
 教育課総務係

小学校高学年を対象に実施している長崎県松浦市(旧鷹島町)との交流事業は、新型コロナウイルス感染症の影響により、今年度の派遣および受入れを中止します。
 ご理解いただきますよう、お願いします。

児童手当の
現況届について
 健康福祉課子育て支援係

児童手当の現況届は、受給者としての要件(所得、生計維持、同居など)を満たしているかを確認するため必ず、提出しなければなりません(5月中に出生または転入により、手続きを済ませた方は除く)。

6月上旬に郵送する「現況届」に必要な事項を記入、押印し、6月30日(水)までに提出してください。

小中学校教科書の
展示をしています
 教育課学校教育係

令和2年度から採択された小中学校用教科書および令和3年度から採択された中学校用教科書の見本を次の場所で展示しています。

お越しの際は、ぜひ手に取ってご覧ください。

▼場所 役場2階教育課前

▼時間 午前8時30分～午後5時15分(土日祝日除く)

募集

総合型地域スポーツ
クラブ設立準備委員会
 教育課体育振興係

多世代が気軽にスポーツに親しむことができる環境の充実に向け、令和5年度に鷹栖町総合型地域スポーツクラブを設立する予定です。令和3年度は、設立準備委員会を設置し、組織の設立・運営方針について検討します。

つきましては、次のとおり、委員を公募します。

▼委員の任期 委嘱の日から令和5年3月31日

▼今年度の会議予定 計10回程度

▼応募要件 20歳以上の方

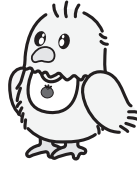
▼応募方法 電話またはメールにてご連絡ください。
 (kyouiku5@town.takasu.lg.jp)

▼公募人数 若干名

▼応募期限 6月18日(金)

▼選考結果の発表 個別にお知らせいたします。

HAPPY BIRTHDAY
おめでとう たかすのアイドル
 ー今月、満1歳になる子どもたちを紹介しませー



あまね
北村 旭真音ちゃん
 男の子★祥起・安樹子さんの子

にこにこほがらかな旭真音くん。
 いつもありがとう。

令和2年6月22日生まれ



りくと
遠藤 理久人ちゃん
 男の子★吉則・知子さんの子

いたずら大好き♡今日も姉達の髪を
 引っ張って喜んでます

令和2年6月23日生まれ



そうすけ
土手 奏祐ちゃん
 男の子★基継・裕美さんの子

よく食べ、よく遊び、あまり寝ない(母
 涙…)、体力モンスターです!

令和2年6月23日生まれ

町長への手紙

「町長への手紙」の
 活用について
 総務企画課企画広報係

「町長への手紙」は、各地区
 住民センターやサンホール
 はぴねすなどの公共施設に
 配架しています。ぜひご活用
 ください。

今年度いただいた、ご意
 見・ご要望の一部をご紹介します。
 ます。

▼**ご意見**
 高齢の方のごみ出し支援
 について

▼**回答**
 一般ごみのごみ出しの支
 援につきましては、町内の
 NPO法人「愛・び・すけっ
 と」が実施しています。

同法人におつなぎすること
 もできますので、希望され
 る場合は、生活福祉相談セ
 ンターにご連絡ください。

(☎87・2112)

また、粗大ごみについて
 は、町が事前予約制で戸別
 収集を実施しています。ぜ
 ひご利用ください。

▼**ご要望**

北野東5条1丁目の道路
 に設置されている、集水桝
 の補修について

▼**対応**

現地を確認したところ、集
 水桝の外側のアスファル
 トが一部、破損してしまし
 たので、建設水道課で補修
 しました。

▼**ご意見**

歴代の町長や議長の肖像
 画の制作について

▼**回答**

町長は町民に選ばれた特
 別職であり、永きにわたり
 町政を担ってきた功績を
 称えるため、肖像画を制作
 し、掲示してしました。

制作費は公費から支出し
 ています。2代前の町長
 からは肖像画ではなく写
 真に替え費用を抑えてい
 ます。今後も町の歴史を後
 世に残すためにも制作を
 続けます。

なお、議会議長においても
 議会を代表する立場であ
 るため同様の考えです。

紹介します

教育や子どもに関する
 職員を紹介します
 教育課・健康福祉課

▼**教育相談員**

児童生徒の健全な育成を
 図るため、学校教育や特別
 支援についてなど、子ども
 の教育に関する相談をお
 受けします。



佐藤浩徳相談員

▼**スクールソーシャルワーカー**

児童生徒が学校生活の中
 で抱える、いじめや不登校
 などの問題、子育てや虐待
 などに関する相談のほか、
 子ども家庭に関する相談
 全般をお受けします。



小島聖子支援員

新型コロナウイルス感染症の状況により、事業などが中止・延期になる場合があります。

R.3 6



町公式ホームページに関するアンケート調査を実施しています!皆さんからのさまざまなご意見をお待ちしています。[企画広報係]



広報たかす

6

NO.837
令和3年
6月号

創刊 / 1949年(昭和24年)
発行日 / 2021年(令和3年)
6月7日

11月20日

発行者 / 鷹栖町 編集 / 総務企画課
北海道 上川郡 鷹栖町 南1条3丁目5番1号

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
はびねすバス利用者への町営バス無料利用日 はびねすバス利用者無料送迎バス運行日(A・B)	6/7	8	9	10	11	12 ●鷹栖保育園運動会 ●狸の里帰(たかすメロディーホール)
13	14	15	16	17	18	19
●住民センター健診(北野地区)			●住民センター健診(中央地区)	●住民センター健診(北斗地区)	●住民センター健診(北成地区)	●北野保育園運動会
20	21	22	23	24	25	26
		●老人会送迎日(長寿)				
27	28	29	30	7/1	2	3
	●デコぼん茶屋		●女性サロンスクール ●乳幼児健診	●こころの相談(要予約)		●花かいどう朝市
4	5	6	7	イベント・行事の中止・延期について ▼延期 たかす円山幼稚園運動会 6月19日(土) たかすジョギングフェスティバル 6月27日(日) 鷹栖町消防団消防演習 6月29日(火) ▼中止 たかす熱夏フェスタ 7月31日(土)、8月1日(日) 小学生国内相互交流事業		

【5月25日現在】
人口と世帯数

人	□	6,719人(-15)
男		3,185人(-4)
女		3,534人(-11)
世帯数		3,107戸(-6)

()内は前月比

5月中救急出動状況	
急病	22件(21人)
一般負傷	8件(8人)
交通	0件(0人)
その他	0件(0人)
月合計	30件(29人)
令和3年累計	182件(173人)

※5/1~5/25 ()内は搬送人員

編集後記
 今月の特集は「生活習慣病」について。激辛とお酒が大好きな私は、少し気を付けなければ...と食生活を見直すきっかけになりました。「休肝日」と「休辛日」を設定しようと思えます!
 健康が第一◎ 今回の特集をきっかけに、自分の生活を見つめ直していただけたらうれしいです。



~窓口から~

こんにちは、よろしくね
 氏名 両親
 34区 長原 諒弥ちゃん 昌司さん・妙子さん

あたたかい心 ありがとうございます
 ○社会福祉協議会へ
 ☆香典返しご寄付
 ・森 厚司さん
 ・山崎 定子さん
 ・大野 香さん
 ・前田セツ子さん

おくりあげ申し上げます

氏名	年齢
4区 山崎 勇雄さん	72歳
北野東 逸見 豊さん	73歳
鷹栖北 前田 勝夫さん	90歳
鷹栖南 谷口三千代さん	88歳
鷹栖南 大野 三郎さん	97歳
知遠別 森 秀光さん	93歳
2区 畠山 智江さん	90歳
シブフォニー 大西ふじゑさん	95歳

次号は7月5日(月)発行です
 <<表紙>>桜の下で「ハイチーズ」